ÑAPA
Weekendbijlage
van dagblad Amigoe
zaterdag 23 april 2016

Caresse Isings opent haar ziel

Pagina 12 & 13

Inhoud

Voorpagina 1

Inhoud 2

Uitgelicht 3

Coachings-praktijk 4

Riba Kaya 5

Literatuur 6 & 7

Sterren spotten in Hollywood 8 & 9

Management 10

Eten & drinken 11

Caresse Isings 12 & 13

Recht 14

Puzzels 15

CuraMix 16

Foto van de week.

Deze foto werd ingezonden door Renée Cazemier met een stukje geschiedenis: eind januari 1804 komen de Engelsen bij Piscaderabaai aan land. De Engelsen installeren zich op het hooggelegen Fort Waakzaamheid en vuren op de stad. De Fortkerk wordt getroffen, getuige de kogel in de voorgevel.

Heeft u een mooie foto? Stuur hem dan naar napa@amigoe.com

Colofon

BLADMANAGER Linda van Eekeres
email: napa@amigoe.com
telefoon: 7672000

CORRECTIE Ari Manse

VORMGEVING Wendela Ataliede
Oscar Vanegas

Voorpaginafoto: Ken Wong

Aan deze Ñapa werkten mee:

Marja Berk, Ken Wong, Monique Casimiri, Ingemara Bak, Zoë Frijlink, Harley Offerman, Brede Kristensen, Nelly Rosa, Judice Ledeboer, Jan de Ruijter, May Voges, Edsel Sambo, Miriam de Windt, Niki Smiet

Thuis.

Seizoensgroenten

Monique Casimiri

In Nederland ben ik seizoensgroenten en -fruit gaan eten. Daar had ik op de Antillen wel eens van gehoord, maar je maakt het niet zo bewust mee. En de reden is van economische aard. Je kunt hier inmiddels het hele jaar door alles krijgen. Maar alles heeft een prijs. Neem bijvoorbeeld spruitjes. Als het spruitjesseizoen is kost een zak gemiddeld 75 cent. Buiten het seizoen om kan zo'n zelfde zak gerust 3 euro of meer kosten. En aangezien ik de enige in ons gezin ben die spruitjes echt lekker vind koop ik ze enkel in het seizoen. En dat geldt voor alle groenten en fruit. Zo zijn de aardbeien in de zomer betaalbaar en lekker. In de winter zijn ze nog steeds lekker, maar zo duur dat er een wrange bijsmaak aan zit. Op Curaçao heb je ook seizoensgroenten, want de import is daar afhankelijk van, maar ik heb het idee dat het niet heel erg uitmaakt. De grote rode paprika is het hele jaar duur. Daar heb je meer te maken met lokale groenten en fruit of geïmporteerde. In Nederland maakt dat niet meer uit. De bananen zijn hier het hele jaar goedkoop en ik weet zeker dat die niet hier gekweekt worden. Daar zijn afspraken over gemaakt met de boeren. Of dat nu goed is voor de boeren weet ik niet. Wel voor mijn portemonnee.
Ik maak graag uitzonderingen, hoor. Soms kan ik mij niet bedwingen en dan wil ik heel graag een mango eten. Ik betaalde daar graag iets meer voor. Tot ik een keer aan mijn ouders gevraagd had om voor mij een paar mango's mee te nemen naar Nederland. Ik kreeg eters en wilde bij één van de nagerechten mango opdienen. Zij kwamen toch en ik wilde er zeker van zijn dat ik ook mango's in huis had. Ik had het geluk dat ik ze ook in de supermarkt kon kopen, dus ik had vier mango's in huis.

Terwijl ik ze schoon maakte merkte ik het verschil al. De 'Nederlandse' mango's waren gelig en stevig van structuur. Ze roken naar niets. De Curaçaose mango's waren oranje en sappig. En dan de geur. Bij het aansnijden van de eerste mango rook de hele keuken naar mango. Ik heb even overwogen om de Nederlandse mango weg te laten, maar heel bewust heb ik ze beide in de schaal gedaan. Het verschil kon zo goed geproefd worden. Nu waren het niet alleen woorden die mijn thuis vertaalden, maar ook geur en smaak.
Mango's koop ik niet graag meer in Nederland. Het smaakverschil is te groot. Hoe moet dat voor mijn vader zijn geweest toen hij voor het eerst verse spruitjes at in Nederland? Hij vond ze heerlijk maar kende enkel de potvariant die op Curaçao verkrijgbaar was.

Uitgelicht.

Open dag Jacques Ferrandi

De vsbo Jacques Ferrandi hield afgelopen zondag een open dag. De richtingen die de school biedt zijn horeca, techniek, administratie en commercie, zorg en welzijn en techniek. Irene Dick bezocht als minister van Onderwijs ook de open dag.

Foto's: **Edsel Sambo**

VERHALEN UIT DE COACHINGSPRAKTIJK

Te gevoelig

Niki Smiet is coach/organisatieadviseur bij 3C Constructive Coaching & Consulting
info@3ccoachconsult.com
www.3ccoachconsult.com
Tel. 540 26 15

Enigszins timide komt ze bij me binnenlopen. Ze is een prachtige verschijning: een jonge, hip geklede, verzorgde 'natural beauty'.
Het is haar allereerste bezoek; ze vertelt dat ze heel zenuwachtig is en niet weet waar ze moet beginnen. Ik stel haar gerust met een kopje koffie en wat kennismakingsvragen. Ze glimlacht, en begint over haarzelf te vertellen. Er komen blosjes op haar wangen. Ik ben oprecht geïnteresseerd in wat deze jongedame me te vertellen heeft en geef dat rustig aan. Na een poosje begint ze voorzichtig te formuleren wat haar bij me bracht.
"Nou, weet je wat het is? Ik ben gewoon zo saai! Altijd stil in een hoekje, altijd anderen aan het observeren. En die anderen, die hebben het wél altijd leuk met elkaar." Er verschijnen tranen in haar ogen. Al die jaren van zich 'anders' en vaak een buitenstaander voelen, drukken zwaar op haar. Er volgt een relaas over het feit dat ze vindt dat ze nooit eens spontaan contact kan maken, of een grapje of small talk weet te verzinnen. En dat ze altijd klaarstaat voor anderen, maar dat het lijkt of ze haar behoeften nooit zien. "Waarom moet ik ook altijd zo verlegen zijn, en zo snel blozen? Was ik maar net zoals de anderen: was ik maar leuk!" Om vervolgens af te sluiten met de vraag: "Kun jij me daar niet bij helpen, om gewoon een beetje meer zoals iedereen te worden?"
Daar ben ik even stil van. Deze prachtige dame zit bij mij omdat ze zichzelf niet goed genoeg vindt, en net zoals alle anderen wil zijn... Ik vraag erop door, want wat verstaat ze precies onder 'saai'? En hoe gedragen die anderen zich dan en vooral: waarom wil ze iemand zijn die ze eigenlijk niet is?
We praten verder over haar leven en haar jeugd, waarin ze veel verantwoordelijkheid droeg. Over haar karakter en aard van veel piekeren, dromen, anderen helpen, onzekerheid, twijfelen, faalangst, snel geraakt zijn en tegen anderen opkijken.
In daaropvolgende gesprekken geeft ze aan dat ze altijd haar uiterste best doet, maar desondanks altijd angst houdt om te falen; dat ze vaak te loyaal is, en dat ze stemmingen en sferen van anderen feilloos aanvoelt. Van al deze dingen raakt haar hoofd overvol. Als ik haar vraag wat dat met haar lichaam doet, geeft ze aan dat ze regelmatig hoofdpijn heeft en erg snel moe is. Op die momenten wordt het soms te veel, en raakt ze snel van slag. Desgevraagd geeft ze aan dat het dan helpt om even helemaal alleen te zijn, daar wordt ze weer rustig en helder van. Haar eindconclusie is dat ze 'veel te gevoelig' is. "Ik ben dus eigenlijk gewoon zwak."
Mijn eindconclusie is een heel andere, namelijk dat ze eigenlijk wel heel hard is voor zichzelf. Want deze jongedame barst van de kwaliteiten en is al van jongs af aan een rots in de branding voor haar omgeving, maar heeft tegelijkertijd enorm veel last van haar hoge gevoeligheid en haar introverte karakter. Het Muurbloempje, maar wel eentje die van binnen bloeit! Ik besluit om mijn coachee te wijzen op een gevoeligheidstest (uit Hoogsensitieve Personen, van Elaine Aron) in de vorm van een vragenlijst. Een test is natuurlijk nooit volledig en het blijft een momentopname, maar nadat ze hem gedaan heeft is er ineens veel duidelijk.
Tot haar verbazing scoort ze maximaal op gevoeligheid. Het verbaast mij niet: haar verhalen, uitstraling en kenmerken laten steeds eenzelfde beeld zien, namelijk dat van iemand die hooggevoelig is. Ook wel een 'hoogsensitief persoon' (HSP) genoemd. Als ik het benoem, glimlacht ze opgelucht. We lezen er veel over en ze herkent zichzelf helemaal in het beeld. "Ik ben dus eigenlijk helemaal niet saai!", roept ze uit. "Of ongezellig. En ik ben al helemaal niet de enige! Ik voel gewoon meer dan anderen en mijn zintuigen krijgen meer prikkels binnen."
Ik beaam dit en druk haar op het hart dat HSP's vele kwaliteiten hebben, die in bepaalde sociale omgevingen als heel waardevol worden gezien. In Aziatische culturen bijvoorbeeld, worden een rustige (introverte) aard, bescheidenheid, loyaliteit, waakzaamheid en bedachtzaamheid als deugden beschouwd.
Extraverte personen, die uitgesproken en aanwezig zijn, hun mening makkelijk durven geven en sociaal zeer actief zijn, worden gekoesterd in westerse samenlevingen, waarbij eerlijkheid en voor jezelf opkomen hoog in het vaandel staan. HSP's hebben het in dergelijke samenlevingen vaak moeilijker, omdat hun introversie regelmatig wordt aangezien voor verlegenheid, onzekerheid en saaiheid. Bovendien kunnen hun scherpe zintuigen de 'prikkel-overload' soms nauwelijks aan. Ook hier op Curaçao staan overal televisies aan, knalt de muziek door de speakers in de winkels en op scholen schreeuwen en rennen de kinderen vrolijk door elkaar.
Dat veroorzaakt niet zelden 'overprikkeling' bij volwassen en jonge HSP's. Jezelf verliezen in een zee van geluids-, geur-, smaak- of emotionele prikkels, met concentratieverlies, (chronische) vermoeidheid, irritatie of emotionele uitbarstingen tot gevolg.
En als dat vaak gebeurt leidt het vervolgens weer naar: het jezelf 'anders' en onbegrepen voelen, lichamelijke klachten, irritatie, faalangst, vermoeidheid, minderwaardigheidsgevoelens en – in sommige gevallen – een burn-out of depressie. Binnen de (para)medische wereld wordt hoogsensitiviteit lang niet altijd als zodanig (h)erkend, hetgeen vaak leidt tot verkeerde diagnoses of onbegrip. Maar het is (volgens dr. Elaine Aron) een karaktertrek – geen stoornis – die voorkomt bij zo'n 1 op de 5 tot 6 mannen en vrouwen. Dat is 20 procent van de bevolking. Deze groep bestaat uit introverte, maar – in mindere mate – ook extraverte personen. Er is op het eiland nog relatief weinig bekend over HSP, maar op wereldniveau is er al veel over gepubliceerd.
Mijn coachee is ondertussen opgebloeid tot een evenwichtige, gelukkige vrouw. Ze weet dat ze haar grenzen goed moet bewaken, vaker 'nee' moet zeggen en op tijd rust moet nemen om overprikkeling te voorkomen. Maar ze weet ook dat ze de moeite waard is en dat ze de gave heeft om mensen en situaties snel aan te voelen, en dat ze – kortom – goed is, zoals ze is.

Informatie over hoogsensitiviteit

Websites:
www.hooggevoelig.nl
www.ookzogevoelig.nl
www.hsperson.com

Boeken:
Hoogsensitieve personen & Het Hoogsensitieve Kind (E. Aron)
Overlevingsgids voor hoogsensitieve personen (T. Zeff)
Hooggevoeligheid als kracht (M. v.d. Beuken)

Kinderboeken:
De Gids over Hooggevoelige Kids (J. Intrabartolo)
De Kabouter Langmuts-serie & Ridder Zeldenmoed (J. Intrabartolo)

Steunpunt ouders:
LiHSK
Op Curaçao
3C Constructive Coaching & Consulting (HSP Coach)
Simone Glas (HSK & Opvoedingscoach)
Hoogsensitieve Personen op Curaçao (Facebook-pagina)
www.alternet.org, link:
http://www.alternet.org/labor/how-does-highly-sensitive-person-survive-hell-american-workplace
www.femkedegrijs.com: hsp & werk: 6 tips

Wordt de zorg beter met het nieuwe ziekenhuis?

De bouw van het Hospital Nobo Otrobanda is in volle gang. De vraag is of de zorg beter wordt nu er een nieuw ziekenhuis komt en ook wat er kan verbeteren aan de zorg. De Ñapa ging de straat op en stelde deze vraag.

Riba Kaya

Tekst: **Judice Ledeboer**

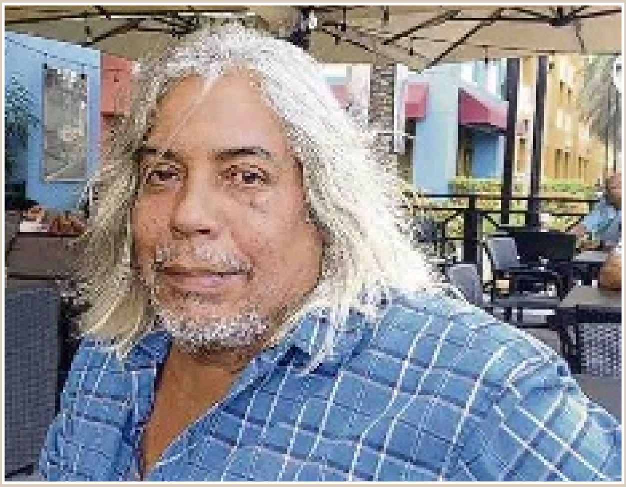
Carla Poulina (63)
Ik heb mijn hele leven in de zorg gewerkt. Nee, de zorg wordt niet beter met het nieuwe ziekenhuis. Het kan compleet van marmer zijn, maar het is niet het ziekenhuis dat de zorg beter maakt. Het zijn de mensen. De mensen die in de zorg werken moeten veel meer bijscholing krijgen. Zij moeten bijscholen om meer te kunnen doen. Net zoals specialisten die zich ieder jaar moeten bijscholen moet ook het verplegend personeel trainingen krijgen. Ze krijgen soms wel trainingen, maar niet regelmatig. Vroeger was bijscholing verplicht. Of je nou in de wijk werkt of in een marmeren doos: je moet professioneel blijven. Ik heb begrepen dat er sinds kort wel via e-learning trajecten lopen, waarbij iedereen zelfstandig moet studeren. Dat lijkt me heel moeilijk. Er is ook een onderbezetting in het ziekenhuis en dat betekent dat de verplegenden hard moeten werken. Ze hebben na hun werk niet eens tijd om hun eigen e-mail te openen, dus hoe moeten ze dan kunnen studeren? Want dat moeten ze allemaal in hun eigen tijd doen.

Ericson Antonia (60)
Ik denk wel dat de zorg beter gaat worden. Het nieuwe ziekenhuis geeft betere werkomstandigheden voor de artsen en het verplegend personeel. Alles wordt moderner, nieuwe operatiekamers enzovoort. Nu vind ik alles heel oud. Ik was meer dan tien jaar geleden in het ziekenhuis omdat ik iets had. Er is in al die tijd niets veranderd. Het is goed dat het nieuwe ziekenhuis er komt.

Noraima Dorothea (47)
Ik heb diverse keren in het ziekenhuis gelegen en daar werd ik goed behandeld. Ik lag op een afdeling waar de specialisten heel streng zijn en het personeel werkte daardoor ook heel goed. Er was structuur, alles liep goed. Ik weet wel dat het niet overal zo gaat. Ik ben secretaris in het bestuur van de Stichting Handicaps Rights Curaçao en dan kom ik geregeld in het ziekenhuis met personen die een beperking hebben. Het valt me dan op dat die als 'domme mensen' worden behandeld. Als er iets gevraagd wordt en het heeft met de persoon in de rolstoel te maken dan richten de mensen zich toch tot mij. Die mensen in de rolstoel zijn niet dom. Ze hebben alleen een bepaalde beperking. Er zijn in het ziekenhuis ook geen goede voorzieningen voor mensen in een rolstoel. Ik weet niet of ze daaraan gedacht hebben bij de bouw van het nieuwe ziekenhuis. De zorg wordt niet beter met een nieuw ziekenhuis als de mensen die er werken niet op een goede manier met de patiënten omgaan en als de voorzieningen die nodig zijn er niet zijn.

Jeahomar Elizabeth (25)
Ik vind ook dat er veel te weinig aandacht is voor de mens. Ik ben veel in het ziekenhuis hier geweest omdat mijn moeder en mijn tante er lagen. Als de patiënten voor een zuster bellen komt er niemand. Mijn moeder was heel ziek en ze moest soms lang wachten voordat er iemand kwam. Als ik bij haar was ging ik op zoek naar een zuster. Ik heb gezien dat er best wel personeel is op een afdeling en daarom snap ik niet waarom ze niet komen. Ik denk dat de zusters vinden dat de mensen zeuren, dat de mensen stomme vragen stellen en dat ze bellen voor onbelangrijke zaken. Als het personeel met deze mentaliteit blijft werken komt er geen verandering in de zorg, ook niet met een nieuw ziekenhuis.

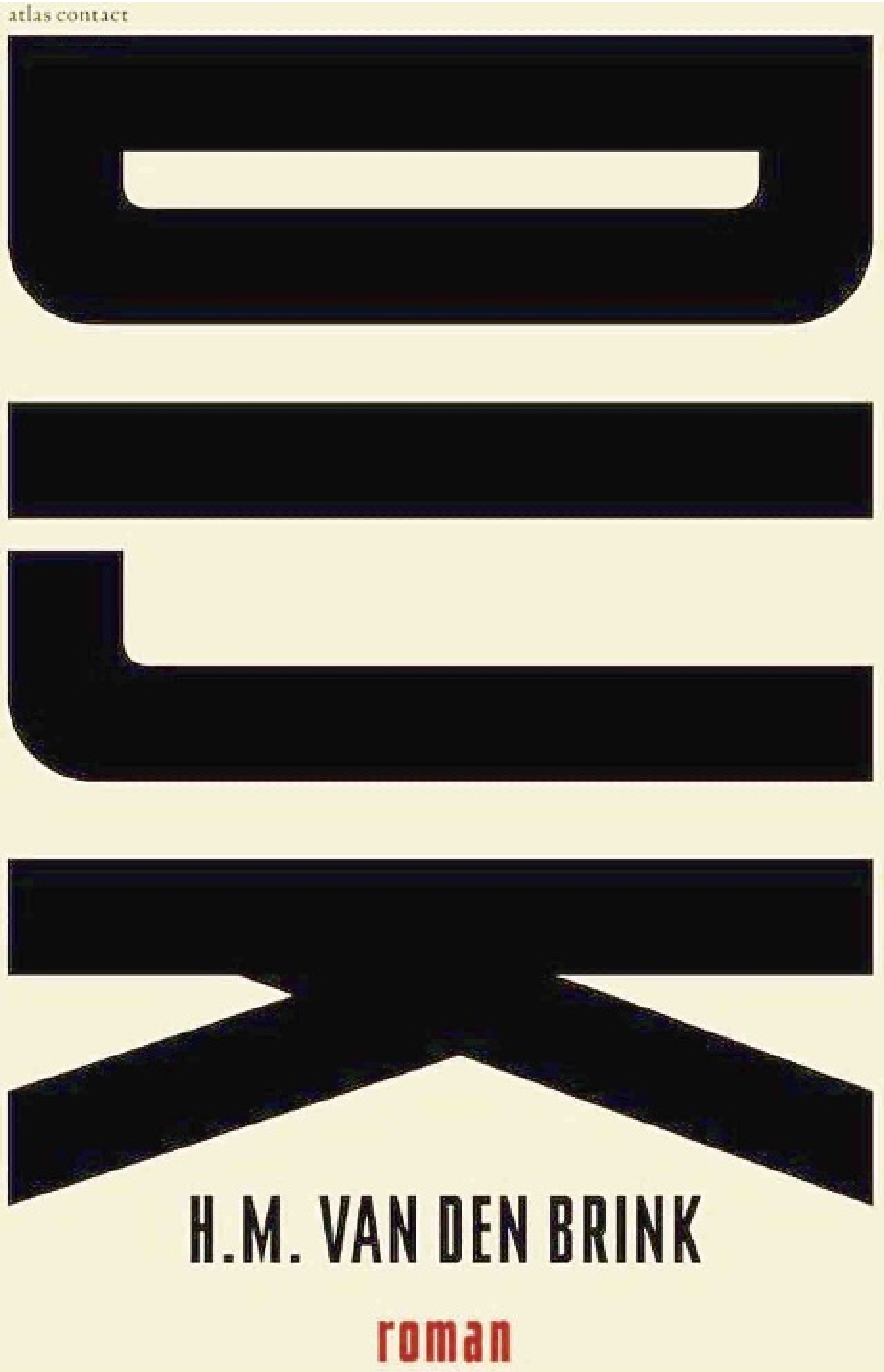
Johnny Bardo (60)
Ik vind dat de kwaliteit van verzorging in het ziekenhuis beter moet worden, want daar hebben de mensen recht op. Er moet wel vooruitgekeken worden. We hebben goede specialisten, maar die worden ook ouder en wie komen er dan voor in de plaats? Onze jongeren gaan in het buitenland studeren en blijven daar, in Amerika en Nederland. We willen onze jongeren terug na hun studie, maar dat doen ze niet. Ik denk wel dat de zorg beter gaat worden omdat er betere faciliteiten komen. Toch zie ik wel dat er vroeger meer aandacht was voor de zieke mensen. De verpleegkundigen leerden veel van de zusters van Roosendaal. Nu is die aandacht minder. Het verpleegkundig personeel moet meer training krijgen om te leren hoe ze moeten omgaan met patiënten. Er is geen liefde meer voor de mens. Veel mensen werken alleen nog voor het geld. Er is te weinig aandacht voor de mens.



‘Dijk’ of de onontkoombare vergelijking

‘Dijk’ is de simpele titel van een ongewoon boek, dat bovendien ongewoon goed is. Bij het lezen van de eerste pagina’s over een telkens terugkerende droom van de ik-verteller, een droom met een onheilspellende lading, lijkt het om een nieuwe telg uit het genre van de magisch-realistische Belgische traditie te gaan. Met een zweem van teleurstelling laat de lezer dat vermoeden al snel achter zich. Integendeel er ontspint zich een typisch Nederlands realistisch verhaal met zware luchten, grijze stadsgrachten, een regenachtige, kille atmosfeer waarin alles aanraakbaar en bijkans ruikbaar is.

Tekst: **Brede Kristensen**



De ik-verteller herinnert zich zijn eerste werkdag op het zwaarwichtig en donker uitziende kantoor van de Dienst van het IJkwezen, oftewel het ijk-kantoor aan de Brouwersgracht in Amsterdam. Vlak voor hem loopt een jonge man van ongeveer dezelfde leeftijd eveneens het kantoor binnen, Karl Dijk.

De naam Karl, uitdrukkelijk ontdaan van de ‘e’ in de tweede lettergreep. Kort is wel zo duidelijk. Daar staat hij ook voor, tijdens zijn ganse carrière bij het ijk-kantoor. Meten en wegen, volgens de ooit door Napoleon vastgestelde maatstaven, zoals de van platina en iridium gemaakte standaardkilo die in de buurt van Parijs in een voor de eeuwigheid gemaakte kluis ligt opgeborgen. Het verhaal speelt zich af in de jaren vijftig van de vorige eeuw in de provincie Noord-Holland.

De beide jonge ijk-medewerkers trekken regelmatig erop uit om te controleren of de neringdoenden in de provincie de klant niet flessen met valse gewichten en valse meetlatten. Dat levert enkele mooie verhalen op.

Zo komt de ik-verteller langs een hem onbekende boerderij waar aardappels te koop worden aangeboden. Als ambtenaar met opsporing van onregelmatigheden belast, loopt hij naar binnen en vraagt de boer naar de gewichten om de aardappels te wegen. Die gewichten krijgt hij niet te zien. De boer kijkt hem onderzoekend aan om hem vervolgens zo’n oplawaai te verkopen dat hij achterover in de berg aardappelen valt.
Met onverholen leedvermaak ziet de valse boer toe hoe hij als ambtenaartje stuntelig overeind probeert te komen tussen die almaar rollende aardappels. Als het hem eindelijk lukt overeind te krabbelen, meent hij er verstandig aan te doen een stille aftocht te blazen om later in een duister café zijn wonden te likken en te overdenken dat zijn collega Karl Dijk dit heel anders aangepakt zou hebben. Die stond als een huis. Met hem vielen geen grappen te maken.
Nadat de Dienst, geprivatiseerd en wel, naar een buitenwijk van Amsterdam was verhuisd en onder een nieuwe naam ‘klantvriendelijk’ was geworden, had Karl Dijk nog enige tijd de gloednieuwe directie van adviezen voorzien, met de vingers getypt op een stokoude, onverwoestbare typemachine. Vermoedelijk betroffen ze het belang van maatstaven waaraan niet getornd mocht worden. Zijn adviezen waren aan dovemansoren gericht.
Dijk moest met vervroegd pensioen en zijn oude collega, de ik-verteller, krijgt van de directeur (in de roman hardnekkig ‘directrice’ genoemd) opdracht de afscheidsspeech te schrijven. Zo begint zijn tocht door het landschap van herinneringen, de eerste dag, de droge kennismaking met Karl Dijk, de werkzaamheden op kantoor en buiten in de provincie, de gesprekken over meten en maatstaven en grondslagen. Dijk had daarover uitgesproken opvattingen en verwachtte dat iedereen die deelde. Dat was overduidelijk.

Maar al wandelend door dit landschap van herinnering realiseert hij zich dat hij, al die lange collegiale jaren ten spijt, over het persoonlijke leven van Dijk weinig of niets afweet. Dat was in nevelen gehuld, te beginnen met zijn geboorte. Terwijl hij probeert met de weinige puzzelstukjes zich een beeld te vormen, wordt hij hoe langer hoe sterker geconfronteerd met zijn eigen leven, zijn werk, zijn missie, de zin of de onzin van zijn leven. Kunnen we het stellen zonder Dijk? Zonder maatstaven? Dijk vreesde het einde van de menselijke beschaving indien we ons niet langer om maatstaven bekommeren. "De mensheid zou uiteenvallen in twee groepen: de lui die willen weten wat hun gewicht is en degenen die er geen verantwoordelijkheid voor willen nemen." Terwijl hij bezig is zich te herinneren hoe, wat en wie Dijk was, begint een vaag vermoeden op te doemen, het vermoeden dat Dijk een alter ego is. Een onbereikbaar en ondefinieerbaar alter ego. In de droom verscheen Karl Dijk aan hem, maar de afstand tussen hem en Dijk bleef constant, kon niet overbrugd worden. Hoe meer hij probeerde in zijn herinnering te begrijpen wie hij was, hoe meer hij in nevelen gehuld op afstand bleef staan. Als een dijk.

Wanneer de speech gereed is om door de directrice te worden voorgedragen en het moment van afscheid is aangebroken, komt Dijk niet opdagen. Op zijn afscheid is hij afwezig. De directrice spreekt de afwezige toch maar toe. Ze snapt de betekenis van de woorden van de speech niet goed. Ze snapt het verleden niet en dus ook het heden niet. Ze is met haar tijd meegegaan, zoals ook de Dienst is meegegaan, van productgericht naar klantgericht. Immers handel en industrie zijn van levensbelang. Voor de Dienst werden ze partners. Daartoe werd de Dienst ook verzelfstandigd. De ik-verteller merkt daarbij het volgende op: "Met opzet had ik dat laatste woord gebruikt." Dijk zou nu met grimmig genoegen hebben vastgesteld dat zelfstandigheid hier afhankelijkheid betekende. De directrice had geen benul van de implicaties van haar woorden en Dijk hoefde het gelukkig niet mee te maken. Een vreemd lichtverschijnsel tussen de hagelbuien door lijkt erop te wijzen dat hij toch aanwezig is bij het afscheid in de fraaie hal van het nieuwe lichte kantoorgebouw.

Stap voor stap begint de betekenis van deze knap gecomponeerde roman, met beelden die hun schaduw vooruit werpen, tot ons door te dringen. Met het afscheid van Karl Dijk dat ook het afscheid van onaantastbare normen betekent, lijkt de hele werkelijkheid op losse schroeven te staan. Alsof we rijden in een auto waarvan een van de banden langzaam leegloopt. De auto begint te zwabberen, wordt geleidelijk aan onbestuurbaar en moet tot stilstand worden gebracht. Het is uit met de pret. We worden ontnuchterd door het merkwaardige gegeven dat ook de werkelijkheid van de moderne auto in het moderne verkeer op de moderne super geasfalteerde wegen, is betrokken op een norm, in dit geval de norm voor bandenspanning. Zou deze metafoor niet opgaan voor alle onderdeeltjes in de verste uithoeken van de realiteit waarin we leven?

Gaandeweg blijken we als lezer andermaal op het verkeerde been gezet. Toch een magisch-realistisch werk? Van Hollandse snit? Ja en nee, Dijk pakt uit als een werk over het mysterie van de realiteit. Het label 'magisch realisme' is niet zo'n gelukkig label, al is het inmiddels stevig ingeburgerd. Johan Daisne die een halve eeuw geleden betoogde dat eigenlijk iedere vorm van kunst een magisch-realistisch karakter heeft, ja dat het magische element een werk tot een kunstwerk maakt, had misschien beter kunnen spreken van 'mysterieus realisme'. Er is een onverbrekelijke drie-eenheid tussen werkelijkheid, verbeelding en rede, stelde Daisne (In 'Wat is magisch-realisme?', 1958). De verbeelding betreft het boven- of buitenzinnelijke dat zich op onverwachte momenten toont, als licht dat door de wolken breekt. "Gewaarwording van 's levens mysterie." Dat is wat alle klassieke kunst kenmerkt. Deze nieuwe roman van Van den Brink illustreert dit criterium op voortreffelijke wijze. Het valt te hopen dat hij net zoals zijn eerdere roman 'Over het Water' (1998) niet alleen middels veel vertalingen zijn weg naar het buitenland vindt, maar ook in het Nederlandse taalgebied een groot aantal lezers vindt.

Het is geen lichtjes geschreven verhaal met een spannend plot om een gezellig dagje aan het strand mee door te brengen. Het is een verhaal dat de lezer betrekt in niet-alledaagse filosofische overpeinzingen van de ik-verteller, die echter stuk voor stuk over alledaagse ervaringen met de alledaagse realiteit gaan. We ontkomen niet aan vergelijking, tussen hier en daar, binnen en buiten, hij en zij en nog oneindig veel meer. Ons leven speelt zich af in een ruimte die op mysterieuze wijze genormeerd is. We maken formules, we trekken lijnen, we zoeken naar verbinding, naar inzicht. Tot we plotseling gewaarworden dat de verbinding er reeds is: "Het is een glimlach, een glimlach dwars door de tijd." Aldus eindigt deze prachtige roman, die staat als een dijk.

Hans Maarten van den Brink, Dijk, een vergelijking, 2016

Ars Poëtica.

When Doves Cry

Dig if you will the picture
Of you and I engaged in a kiss
The sweat of your body covers me
Can you my darling
Can you picture this?

Dream if you can a courtyard
An ocean of violets in bloom
Animals strike curious poses
They feel the heat
The heat between me and you

How can you just leave me standing?
Alone in a world that's so cold?
Maybe I'm just too demanding
Maybe I'm just like my father, too bold
Maybe you're just like my mother
She's never satisfied
Why do we scream at each other
This is what it sounds like
When doves cry
.....

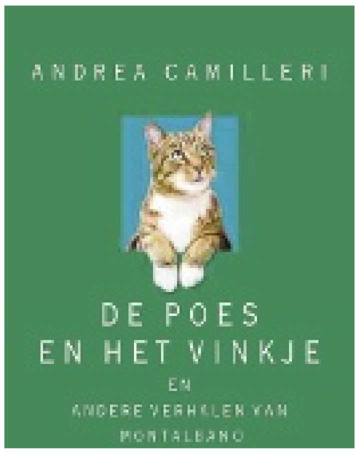
Prince

Purple Rain, 1984

Letra

Niccolò Ammaniti

Het nieuwste boek van de in en buiten Italië populaire schrijver Niccolò Ammaniti, getiteld Anna, is nu ook in het Nederlands verschenen. Minder opgewekt en vrolijk dan zijn vorige werken, een beetje griezelig en droef stemmend. Spannend ook. Een onbekend virus laat alle volwassen mensen op Sicilië sterven. Alleen kinderen overleven. Niets functioneert meer. Geen water, geen elektra, geen transport en nauwelijks voedsel. Honden grijpen brutaal hun kans. Sommige kinderen ook. De meeste kinderen proberen in groepjes te overleven en dat levert veel akeligs op. Anna, een jonge tiener, besluit samen met haar achtjarige broertje Astor te overleven. Haar moeder liet een schrift achter met aanwijzingen hoe zich door moeilijke situaties heen te slaan. Astor wordt echter door een pas ontstane kindersekte ontvoerd en Anna begint aan een zoektocht samen met een vriendje Pietro en een hond die ze onderweg heeft ontmoet. Ze wil de overtocht naar het vasteland maken, waar het virus niet heerst voordat ze haar eerste menstruatie krijgt en dan vatbaar is voor het virus. In de roman wordt de lezer geconfronteerd met de uitdagingen van het 'naakte en ongeciviliseerde bestaan'. Maar ook met de hoop op een nieuwe toekomst waarvoor je wel heel ingenieus moet zijn om die, met een dosis geluk, te kunnen waarmaken.



Andrea Camilleri

Bij de Amsterdamse uitgever Serena Libri die continu goede en vaak sublieme Italiaanse literatuur vertaalt en uitgeeft, verscheen van Andrea Camilleri een bundel detectiveachtige verhalen met de leuke titel De poes en het vinkje en andere verhalen van Montalbano. Montalbano is een Siciliaanse politiechef die met alle duistere keerzijden van de Siciliaanse maffia-achtige cultuur wordt geconfronteerd. Die is niet voor de poes. Of in een merkwaardig opzicht juist wel? Er zijn ook opvallend veel schijnzaken, kennelijk om de aandacht af te leiden. Veel personages slagen er ook wonderwel in een of andere charmante schijn op te houden, waarmee ze erg veel mensen weten te charmeren. Wolven en mooi opgedirkte schapen. Politici die de kunst verstaan 'vertrouwen te wekken'. Als de vos de passie preekt, boer pas op je kippen, is zo ongeveer het devies. Hoe weet je dit soort hele of halve schurken uit hun tent te lokken? Uit de brochure van de uitgever: "De commissaris, die een hekel heeft aan hiërarchie, weet er altijd wel een draai aan te geven, links- of rechtsom, regels ontduikend, waarbij hij de medemenselijkheid nooit uit het oog verliest. De karakters van zijn medewerkers en hemzelf worden door de auteur (Sicilië, 1925) in hun onderlinge werkrelaties op een haarfijne en vaak komische manier uitgewerkt. De commissaris blijft het liefst in zijn eigen vertrouwde omgeving die hij als zijn broekzak kent. Nascholingscursussen in Rome zijn aan hem niet besteed. De in politieverhalen geïnteresseerde lezer zal steeds voor verrassingen komen te staan. De lokale kleur en de eigengereidheid van de commissaris en zijn medewerkers verhogen de charme van de verhalen en het leesplezier."

Sterren spotten in Hollywood

‘Let op de mensen met een zonnebril!’

In een laag tempo rijdt de bus van Access Hollywood Tours langs restaurant Le Petit Four op Sunset Boulevard. “Dit is een van de plekken waar sterren vaak gaan lunchen. Let op de mensen met een zonnebril op!”, laat tourguide Chris weten.

Tekst: **Zoë Frijlink**
Foto's: **Zoë Frijlink** en **Shutterstock**

Alle hoofden in de bus draaien synchroon naar rechts en alle ogen schieten zoekend het terras van het restaurant over om beroemdheden te spotten. Iedereen doet alsof ze het niets kan schelen, maar is eigenlijk toch wel gefascineerd. In Los Angeles draait alles om de sterren, en daar wordt flink op ingespeeld. Ontelbaar veel organisaties bieden Celebrity Homes Tours aan: tours door Hollywood en langs de huizen van de beroemdheden, met als grote aandachtstrekker het spotten van acteurs, zangers en andere bekende mensen.

In de knalblauwe bus zet een opgewekte Chris de toon: “All right, overal ter wereld heb je regels en wetten, maar niet in deze bus! Zo’n gids ben ik niet. Doe wat je wilt: zingen, schreeuwen, roepen naar iemand buiten de bus. Please feel free.”

De tourbus rijdt eerst richting de Hollywood Hills en we komen onderweg langs de Hollywood Bowl, het grootste openluchttheater van de Verenigde Staten. Vervolgens begint de klim door de Hills via Mulholland Drive en komen we langs een aantal bijzondere huizen, de zogeheten cliffhangers. “Die huizen hangen voor 85 procent over de klif heen. En dit is een aardbevinggebied! Zo zie je maar dat de mensen hier knettergek zijn.”

Chris vertelt ons nog even dat we niet moeten wijzen als we een beroemdheid zien, omdat dit ze afschrikt. “Als je er een ziet, zeg het tegen mij en ik probeer dan hun aandacht te trekken door hun naam te roepen.” Telkens als Chris denkt een bekende persoon te zien gaat hij langzamer rijden en vraagt aan ons of dat iemand is. “Nope, dat is niemand”, zegt hij vaak en rijdt dan verder. Iedere hardloper of persoon in een geblindeerde auto wordt gezien als mogelijke ster. Het is net alsof we verstopte aapjes zoeken in de dierentuin.

Na een aantal celebrity homes gezien te hebben (waar we extra langzaam langsrijden om de kans om een glimp op te vangen van een beroemdheid te vergroten), komen we aan bij het uitzichtpunt op het Hollywood sign, ‘the Hollywood Bowl Overview’. De naam zegt het al: hier kunnen we de Hollywood Bowl waar we net langsreden van bovenaf bekijken, maar ook hebben we een waanzinnig uitzicht over de stad. Hier komen we de broer van Chris tegen die eveneens een celebrity tour guide is. “Door hem ben ik ook gids geworden. Hij heeft me alles van het vak geleerd en nu zijn we er even goed in. Of eigenlijk ben ik beter dan hij”, zegt Chris en hij giert het vervolgens uit van het lachen. We krijgen hier tien minuten de tijd om foto’s te maken van de omgeving, en niet te vergeten: foto’s met de Hollywood-letters op de achtergrond. Er stond eerst Hollywoodland op de heuvels, als reclame voor een stuk land. Maar door achterstallig onderhoud zijn de laatste vier letters weggevallen, weet Chris ons te vertellen.

Nu we de Hollywood Hills hebben gezien, rijden we door naar Sunset Boulevard. De kans dat we hier beroemdheden tegenkomen is vrij groot volgens Chris. Op de terrasjes zitten ze vaak, dus daar zullen we weer langzamer langsrijden. “Als je ze ziet, zeg het hè?”, zegt onze gids. Maar weer zien we er geen een. Wel komen we langs bekende en beruchte muziekcafés als The Viper Room en Whisky a Go Go, waar Chris uitbundig over vertelt. Bijvoorbeeld dat Whisky a Go Go de plek was waar veel bands naam maakten, zoals The Doors, The Byrds en Alice Cooper.

De laatste buurt waar we doorheen rijden is Beverly Hills. Ook hier staan veel huizen van beroemdheden, die Chris ons allemaal netjes aanwijst. Meestal bouwt hij eerst een verhaal op voordat hij uiteindelijk zegt van wie het huis is. We komen onder andere langs het huis van tv-psycholoog Dr. Phil en het huis waar Michael Jackson is overleden. ‘Huis’ is overigens een understatement, je kunt het beter een kasteel noemen, omringd door een enorm stuk land met zeer hoge bomen. Ook komen we door Rodeo Drive, waar alle high-end modewinkels zijn (Louis Vuitton, Bulgari, Burberry, Cartier, Tiffany & Co., Chanel, Céline en nog veel meer). Ook hier probeert Chris weer beroemdheden te spotten, maar weer hebben we geen geluk. Chris vertelt dat hij ze wel geregeld tegenkomt, en om dat te bewijzen laat hij wat foto’s zien op zijn telefoon.

Op de vraag of hij er geen moeite mee heeft om als gids beroemdheden aan te wijzen en naar hen te roepen zodat de toeristen foto’s van hen kunnen maken, zegt Chris: “In het begin had ik inderdaad wel moeite met dit werk. Het kan de celebrities wel irriteren. Maar tegenwoordig denk ik altijd zo: de acteurs, zangers, regisseurs en alle andere beroemdheden zouden niet zo veel succes hebben zonder de fans en toeristen. Ze hebben ervoor gekozen om in de belangstelling te staan, dus moeten ze dit maar voor lief nemen. Het hoort er nou eenmaal bij.”

Geen beroemdheid gezien, en achteraf blijkt dat het Celebrity Homes Tour ook niet per se om het spotten van beroemdheden gaat. Het hele principe gaat om de verhalen, wie waar woont of heeft gewoond en wat diegene daar uitgespookt heeft. Iedereen heeft meestal wel van de verhalen gehoord, maar kan nu eindelijk zien waar het zich heeft afgespeeld. Het geeft nog meer de sfeer van idolatrie weer en het mysterie dat de hele stad al heeft: dat de sterren alles beleven alsof het een film is, en dat ze eigenlijk onbereikbaar zijn. Alles draait nou eenmaal om de fame en glamour.

Over organiseren, ondernemen, managen en leidinggeven

Full Circle

Full Circle is de titel van een nieuw boek over modern en effectief management voor nu en de toekomst dat dit jaar in de Nederlandse en Engelse taal verschijnt. De lezers van de Ñapa, de wekelijkse bijlage van de Amigoe, hebben elke maand de primeur van een vervolgartikel uit het boek zoals dat naar de uitgever gaat voor de laatste aanpassingen in stijl en taalgebruik.

Tekst: **Jan de Ruijter**

Bedrijven die langdurig succesvol willen zijn in de 21e eeuw zullen aan een aantal eisen moeten voldoen en zullen door een totale mentaliteitsverandering moeten gaan, een change of mindset.

Zij zullen kwaliteit en excellence boven alles moeten stellen, naar 100 procent klanttevredenheid moeten streven en die ook als een automatisme, als een vanzelfsprekendheid moeten bereiken, aan de belangen van de drie P's van People, Planet (samenleving) en Profit moeten denken, een living company moeten willen zijn, commitment van hun medewerkers weten te verkrijgen, dus hun volledige inzet, en management by example moeten uitoefenen in plaats van het afstandelijke ivory tower management.
Als deze eisen gepraktiseerd worden, worden deze tegelijkertijd ook karakteristieken, waarneembare kenmerken van het bedrijf. De zevende karakteristiek is dat het management zich focust op de bedrijfscultuur, company culture, in de volle wetenschap en erkenning dat het grote geheim van het succes van een onderneming ligt in de bedrijfscultuur. Net zoals de basis van succes voor een individuele persoon in zijn karakter ligt en karakter de fundering van elk mens is, is het totale karakter van alle mensen, personen, medewerkers in een bedrijf, de basis voor succes van de onderneming. En dat totale karakter, het karakter van allen bij elkaar, noemen we bedrijfscultuur, de manier waarop mensen binnen een bedrijf met elkaar omgaan, de waarden en normen van het bedrijf.
Bedrijfscultuur, marketing en innovatie worden wel de grote drie genoemd, de drie thema's bij uitstek waar modern management zich mee bezig dient te houden. De bedrijfscultuur van een onderneming wordt bepaald door de hoogste functionaris in het bedrijf, bij grote bedrijven en ketenbedrijven is dat de general manager, bij kleinere zaken en middelgrote bedrijven is dat veelal de eigenaar.
In ouderwets gerunde bedrijven wordt het belang van bedrijfscultuur zwaar onderschat. Eigenaren en managers klagen veelal over het slechte personeel van 'tegenwoordig' en klagen over hun mensen die zij lui en dom vinden, die het liefst niet werken vooral als de baas even weg is, en die zich om het minste en geringste ziek melden. Dat is natuurlijk een volkomen verkeerde zienswijze.
Deze eigenaren en managers moeten zich allereerst eens realiseren dat wanneer zij 's morgens opstaan en in de spiegel kijken, zij niet alleen hun eigen gezicht zien maar ook dat van hun bedrijfscultuur. Zij bepalen de bedrijfscultuur, door hun voorbeeld, door hun managementstijl. Zij bepalen of medewerkers volledig betrokken zijn en hun volle inzet geven dan wel als ouderwetse werknemers de kantjes ervan af lopen. Bedrijfscultuur is de basis, de fundering van de onderneming waarop al het andere gebouwd is. Lou Gertner, CEO van IBM werd bekend om zijn volkomen terechte uitspraak dat bedrijfscultuur de voornaamste bezigheid moet zijn van de hoogste leidinggevende van grote organisaties.
Na dit overzicht van de karakteristieken van het moderne, succesvolle bedrijf, wordt het thema bedrijfscultuur dat uit maar liefst vijftien onderdelen bestaat, dan ook uitgebreid verder toegelicht. De waarden en normen van de onderneming en het onderling en wederzijds gedrag wordt vaak te licht opgenomen en wordt vaak afgedaan als de manier waarop managers vriendelijk zijn en hun personeel begroeten in de morgen.
In werkelijkheid beslaat het thema vijftien componenten waaronder de missie en visie van het bedrijf, het personeelsbeleid, teamwerk, de gekozen managementstijl, serviceconcepten, training en opleiding, inspireren, goal setting, de gouden regels, goed werknemerschap et cetera. In goede, moderne, succesvolle bedrijven in de 21e eeuw is de bedrijfscultuur zichtbaar, voelbaar, herkenbaar aan de wijze waarop mensen zich gedragen, goede samenwerking zichtbaar is, de stijl van de leidinggevenden, de taal die mensen gebruiken. Alles is waarneembaar en voelbaar voor de klant, de gast vanaf het binnenstappen bij het bedrijf.

Managementmodel

De achtste karakteristiek van het moderne, succesvolle bedrijf is de juiste keuze van het managementmodel. Het managementmodel behoort net als het chassis van een auto, tot de fundering van het bedrijf. Kies het verkeerde besturingssysteem en je kunt niet succesvol zijn. Het is daarom dus geen wonder dat de ouderwetse bedrijven die gerund worden op basis van het oeroude, eerste managementmodel van Command & Control, in deze nieuwe tijden niet langer in leven blijven. 's Morgens naar het werk gaan om de orders van de dag uit te schreeuwen en blaffen... dat kan nooit goed aflopen.
Alle goede managementmodellen beginnen met een vorm van planning, het opstellen van doelen. Het bijzonder effectieve, fascinerende Management by Objectives is eigenlijk dubbelop; management ís het opstellen en behalen van doelen, er is simpelweg geen ander soort of type management. Management gaat om doelen behalen, resultaten boeken. Managers moeten 's morgens dus naar hun zaak gaan om doelen te bereiken en het gekozen managementmodel moet dus per se niet beginnen met Command & Control, maar met doelen stellen en plannen. Ook dit thema zal nog een verdere behandeling krijgen, voor nu is het voldoende te beschrijven dat succesvolle, moderne bedrijven een goed managementmodel kiezen dat begint met doelen stellen.

Dissatisfiers

Het moderne, succesvolle bedrijf van de 21e eeuw werkt hard aan het elimineren van de zogenoemde dissatisfiers, kwesties die binnen een bedrijf continu aanleiding geven aan medewerkers om zich te ergeren. Het continue slechte eten in de cafetaria, het niet goed uitbetalen van bedieningsgeld in een restaurant en de berekeningen daarvan die maar nooit transparant mogen zijn, de krengerigheid van een bepaalde supervisor die maar nooit tot de orde wordt geroepen, de dictatoriale wijze van vakantieperiodes toewijzen et cetera.
Het gaat om dingen die makkelijk voorkomen of opgelost kunnen worden. Welnu, moderne bedrijven werken daar actief aan en elimineren de dissatisfiers, al die dingetjes waar medewerkers zich terecht aan ergeren. Moderne bedrijven roeien die uit en zorgen ervoor dat zulke bronnen van terechte ergernis niet bestaan in hun bedrijf en dat hun medewerkers geen kostbare tijd verliezen aan ergernissen.

Wordt vervolgd

Jan de Ruijter is bedrijfsconsultant op Aruba en bereikbaar via janderuijter@yahoo.com.

Food for thought.

Melk, niet goed voor elk

Steeds meer onderzoeken wijzen uit dat melk helemaal niet zo geschikt is voor de mens. Te weten: verhoogd risico op allergieën en intoleranties voornamelijk bij kinderen, slijmvliesontstekingen en astmatische symptomen. En op de koop toe, zelfs de calcium in melk blijkt niet te zorgen voor minder botbreuken.

Tekst: **Miriam de Windt**

Waarom is de consumptie van melk dan nog steeds hoog? De reden is niet ter verbetering van de gezondheid, maar van de economie. Ten gevolge van de recessie in jaren dertig werden boeren gesubsidieerd. Hierdoor werd de melkproductie enorm verhoogd, zelfs al was er niet voldoende afzet. De welbekende melkplas.
Toen werd het Nederlands Zuivelbureau opgericht. Dit bureau moest ervoor zorgen dat deze melkplas kleiner werd. Slogans als 'melk, goed voor elk' en 'melk, de witte motor', gecombineerd met lage prijzen, zorgden ervoor dat de consumptie van melk omhoog schoot. Ook werd er melkpoeder gemaakt om te exporteren naar derdewereldlanden en werd schoolmelk geïntroduceerd.
Jammer genoeg schoten koemelkallergieën en lactose-intolerantie ook omhoog.
Het Nederlands Zuivelbureau heet nu de Nederlandse Zuivel Organisatie (NZO). Het is een vereniging die de belangen van zuivelproducenten behartigt. In hun doelstelling wordt helaas nergens gezondheid van het volk vermeld. Wel economische en politieke principes. Trek uw conclusie!
Koemelkallergie en lactose-intolerantie zijn niet hetzelfde. Bij mensen met een koemelkallergie, ook wel koemelkeiwitallergie genoemd, vindt er een allergische reactie plaats omdat het lichaam niet tegen de eiwitten in melk en andere zuivelproducten kan.
Koemelkallergie komt het meest voor bij zuigelingen die met de fles gevoed worden. Zuigelingenmelk wordt gemaakt uit aangepaste koemelk. De darmen van de zuigeling zijn nog niet helemaal volgroeid en kan eiwitdeeltjes uit de melk doorlaten, waarna het in het bloed komt. Het lichaam maakt dan afweerstoffen tegen dit lichaamsvreemde eiwit. Ook kinderen die borstvoeding krijgen, kunnen koemelkallergie ontwikkelen als de moeder melk drinkt.
Symptomen kunnen zijn: maag/darmklachten (diarree, braken, obstipatie en krampen), huidklachten (bijvoorbeeld eczeem) en luchtwegklachten (astma, bronchitis, ontsteking van ogen en slijmvliezen).
Bij een lactose-intolerantie ontbreekt het enzym lactase in het lichaam. Normaliter maakt het lichaam zelf de lactase, die ervoor zorgt dat lactose in melkproducten afgebroken kan worden.
Als lactose niet afgebroken wordt, kan het niet opgenomen worden in het lichaam. Dit kan op zijn beurt zorgen voor buikklachten, maagklachten en ook huiduitslag. Lactose-intolerantie kan tegelijk voorkomen met koemelkallergie.
Sojamelk, geitenmelk, geitenkaas, schapenmelk, schapenkaas, rijstemelk en amandelmelk zijn tegenwoordig de meest gebruikte alternatieven voor vervanging van koemelk. De voedingswaarde van deze vervangers vertonen weliswaar verschillen met koemelk.
Maar… wat heeft u aan een hoge voedingswaarde als uw darmen de melk niet goed kunnen verteren? Sommige gerechten die normaliter met koemelk worden gemaakt, zijn heel goed te maken met soja-, geiten- of amandelmelk. Zoals pap, sauzen, pannenkoeken en crema catalana.

Miriam de Windt is diëtiste en natural nutritionist.
C 520-6932

Van custardvla naar crème brûlée en crema catalana. Met gewone alledaagse ingrediënten kunt u soms wonderlijke gerechten creëren. Met het recept van deze editie ligt het wonderlijke in de bereidingswijze en de finishing touch. Eenvoudige, alledaagse custardvla kan met een simpele handeling ineens een chique nagerecht worden. Simpelweg aan de bovenkant bestrooien met wat suiker en onder de grill laten caramelliseren. Zo heeft u meteen een toetje dat lijkt op crema catalana of crème brûlée.
Echte crema catalana of crème brûlée vergen een iets andere bereidingswijze dan melk binden met custard. Er wordt niet gebonden met gewone custardpoeder, maar met eierdooiers en maïzena, voor een meer romige en volle smaak.
Crema catalana en crème brûlée hebben ook andere verschillen. Crema catalana wordt op het fornuis gekookt en de suiker wordt met een rond ijzeren voorwerp gecaramelliseerd. Crème brûlée wordt 'au bain marie' in de oven bereid en de suiker gecaramelliseerd met een gasbrander.
Custards waren sinds de Middeleeuwen erg populair. Grappig is dat Engelsen en Fransen er nog steeds niet uit zijn wie crème brûlée heeft uitgevonden. En volgens de Spanjaarden hebben de Fransen en Engelsen het recept van crema catalana gestolen en de naam veranderd. We komen er waarschijnlijk nooit meer achter wie er gelijk heeft.
Feit is wel dat crema catalana traditioneel geserveerd wordt op 19 maart, Dia de San José in Spanje.

Andere melk gebruiken

Ander feit is ook dat, gezien hoe simpel het recept is, u crema catalana best kunt maken met een vervanging voor koemelk, bijvoorbeeld soja-, geiten- of amandelmelk.
Voor een romige smaak wordt veelal volle melk aangeraden voor crema catalana of een combinatie van melk en room. Voor de analyse werd volle melk gebruikt.
Volle melk en verschillende eierdooiers betekenen veel vetten, verzadigde vetten en cholesterol. Door de melk krijgt u ruim kalk, vitamines A en B2. Bijna 300 calorieën voor een toetje is aan de hoge kant.
Indien u een plantaardige vervanging voor melk neemt, bent u een gedeelte van het cholesterol en de vetten kwijt. Maar u ontkomt er toch niet aan om een balansdag in te lassen.

Kook mee met May.

Crema catalana

Ingrediënten:
2½ cups melk
1 kaneelstokje
Geraspte schil van 1 citroen
6 eierdooiers
3 eetlepels maïzena
½ cup suiker

Bereidingswijze:
¾ van de melk met het kaneelstokje en de citroenrasp in een steelpan aan de kook brengen en dan op een laag pitje 5 minuten laten pruttelen.
De helft van de overgebleven melk bij de eierdooiers voegen en goed roeren.
De maïzena met de rest van de melk mengen.
De hete melk in een schone pan zeven. De suiker, op 2 eetlepels na, aan het eierdooiermengsel en de maïzena toevoegen.
Boven een zeer laag vuur de custard al roerende dik laten worden.
In ondiepe hittebestendige schaaltjes schenken en laten afkoelen.
Als de custard stevig is geworden de overgebleven suiker over de oppervlakte strooien en onder een hete grill plaatsen tot de suiker goudbruin is geworden.
In de ijskast koud laten worden voor het opdienen.
Voor 4 personen.

Eet smakelijk,
May

Caresse Isings: Ik wil het licht

zijn waar we naar hunkeren

Caresse Isings (51) presenteert volgende maand 'AWEtism, the art of living now' op Aruba. Ze bracht de audiodichtbundel vorig jaar uit. De titel is een verwijzing naar autisme en vandaag. Ze deed vijf jaar over de productie die als doel heeft het taboe van 'anders' zijn te doorbreken.

Tekst: **Nelly Rosa** Foto: **Ken Wong**

Het audioboek met autobiografische gedichten, anekdotes, chanting en geïllustreerde cadeaukaarten werd in september gelanceerd met een onewoman show in het Curaçaosch Museum. Met het gedicht 'Blues in Aide Memoir' opent ze haar ziel. "Op de illustratie van dat gedicht zie je dat ik een appel weggooi. De appel is de verleiding en staat voor alles wat mij verleidt om af te dwalen van het licht. Ik heb er wel eerst in gehapt", vertelt Caresse.

In die illustratie wikkelt een slang zich om het naakte lijf van Caresse. "Ik had een visie. Een soort Medusa-achtig wezen vloog op me af. In realiteit vond het niet plaats, maar tegelijkertijd ervoer ik het toch. Het knalde mijn solar plexus in en mijn lichaam spatte uiteen in stukjes vel, spierwitte botten en ronde balletjes bloed. Toen de stukken in slow motion buiten mijn aura gleden, werden het stukjes spiegel die weerschenen en zo scherp waren dat je je eraan kon snijden."
Het gedicht werd geboren en ze begreep de boodschap van de visie. "Wanneer je in stukjes gescheurd wordt kun je naar gelang je wilt ieder stukje aanpassen om een nieuwe realiteit te vormen. Liever had ik niet door mijn depressies gehoeven en toch hebben die depressies ook nut gehad. Dit gedicht is de Mozart van al mijn schrijven", vertelt ze.

Caresse is een opvallende verschijning. Haar roodblonde krullen zijn niet te missen. Grote, robuuste kettingen en ringen maken het kunstzinnige voorkomen af. Vanwege haar oogspierprobleem heeft ze sinds haar kindertijd moeite met lezen. Dat is ook de reden waarom ze haar dichtbundels uitgeeft als audioboek. "Als je geeft vanuit je ziel, wil je dat zo veel mogelijk mensen het ontvangen. Ook degenen die niet kunnen lezen. De chanting en muziek verdiept en verzacht tegelijkertijd."
Kunst is het gereedschap waarmee ze zich in moeilijke tijden staande hield. "Er is een boodschap die door wil komen. In Mattheüs 25:15 staat hoe God talenten gaf aan drie verschillende mensen. Wie het verprutst verliest het en wie het waardeert wordt er beter van. Ik doe alles wat in mijn vermogen ligt om dankbaarheid te tonen voor wat ik mag ontvangen."

Als kind was het leven niet altijd rozengeur en maneschijn. De scheiding van haar ouders vlak na haar geboorte bracht haar naar Aruba, waar ze haar eerste levensjaren bij haar moeders familie doorbracht. "Het leek of ik onzichtbaar was. Ik vraag me af hoeveel mensen met zo'n gevoel hun hele leven rondlopen." Eenmaal terug op Curaçao kon ze haar draai op school niet vinden. "Het enige wat toen nog belangrijk was, was dat je vooral binnen het systeem moest passen. Binnen dat systeem bleek ik een 3. Ik was niets waard, tenminste dat ging ik toen geloven. Als je niet kon zijn zoals alle andere kinderen was je 'mala mucha'. Vragen mensen zich dan echt nog steeds niet af waarom veel jongeren zich daar op een gegeven moment naar gedragen? Kijk eens naar je hand. Zou je die pink niet nodig hebben? Mag ik hem dan hebben? Snijden we hem eraf? Iemand is een duim, een pink of een ringvinger en je hebt ze allemaal even hard nodig. We hebben elkaar nodig en zouden daar meer naar moeten leven. Het is de zoete wraak van moeder natuur, die het zat is dat we haar creaties inhokken en wegcijferen, dat ze nu steeds meer kinderen stuurt die niet meer in een hokjes passen."

Overvloed vs gebrek

"Het heeft een half leven geduurd voordat ik zelf mocht bepalen wat ik waard ben. Met Raja Yoga meditatie werd ik bewust van 'overvloed' en dat je daar van kunt 'intappen'. Met mijn nieuw vergaarde bron aan innerlijke vrijheid werd ik zo 'fresku' dat ik mensen verdeelde in twee categorieën. Degene die altijd gebrek heeft en degene die leeft volgens de principes van overvloed. Ik ergerde me aan de eerste groep, totdat ik doorhad dat ik me met mijn ergernis ook bij de groep van gebrek schaarde. Zo werd het gedicht 'Ta Basta' geboren: 'Ik wil niet langer huilen om het onrecht. Binnen de nevel van eenzaamheid, tranen en verlangen, verloopt mijn tijd en die zal ik hebben verdaan in plaats van simpelweg te zijn wie ik ons collectief wens te zien zijn.' Het was een boodschap voor mezelf: kijk maar uit dat terwijl je staat te vingerwijzen, je gaves niet opdrogen."

Verjaardag

Met de lancering van 'AWEtism, the art of living now' in september vierde Caresse haar halve eeuw op aarde. "De musici Konkie Hallmeyer op steelpan, Arnell Salsbach achter de piano en Cecil Schmidt op percussie, hebben mij tijdens de repetities gedragen met enorm veel geduld. Als iemand het huis uitgaat om naar je show te kijken moet je er wel voor zorgen ze verrijkt terug naar huis gaan." De illustraties op de cadeaukaarten kregen tijdens de live show vorig jaar een eigen plek als geanimeerde backdrop. "Een productie binnen een productie, spiegel-in-een-spiegel effect", legt Caresse uit die zich twee jaar terug weer op het eiland vestigde.

"Liever had ik niet door mijn depressies gehoeven en toch hebben die ook nut gehad"

Ze was verbaasd over de goede opkomst. "Ik was zestien jaar weg en we zaten aan het begin van het Curaçao North Sea Jazz Festival, maar toch waren we uitverkocht." Het decor was simpel. Een projectiescherm, een grote 'root chair', die ze al meesleepte voor shows op Aruba, en een enorme splinterige deur van de hand van Willy van Ierland die het gedicht 'Ontzag voor deze dag' kracht bijzette. De illustratie stond symbool voor dat je je beperkingen uiteindelijk te boven komt zolang je maar niet opgeeft. Toen haar zoon de diagnose autisme kreeg, werd ook bij haar autisme geconstateerd. Ze vond het nog een hokje binnen vele en besloot zich te blijven concentreren op wat ze wel had én kon en stelde zich als doel daarin beter te worden.

Op Aruba presenteerde Caresse sinds 2002 jaarlijks shows onder Corporate Multimedia Entertainment, maar in haar hart heette het 'spiritual bonding sessions'. "Aan het eind van zo'n show voelt iedereen 'ik ben een stukje van jou en jij van mij'. Als we elkaar weten mee te nemen aan een doorlopende draad van saamhorigheid, wordt dat vanzelf een collectieve levensstijl."
Met haar dichterskunst en illustraties haalt Caresse herhaaldelijk de diepere ervaring van het bewustzijn aan. "Er wordt ons geleerd dat we ophouden waar je vel ophoudt, maar in feite vloeien we al met een blik in elkaar over. Vraag het maar aan Albert Einstein." Binnen die overvloed die ze ervaart, gelooft Caresse dat het 'anders' zijn juist nodig en belangrijk is en helemaal niet eng of afstotend is. "En de tijd is nu – AWE – dat we onze kinderen met die realiteit leiden naar een rijk en evenwichtig bestaan. Wanneer je dit door hebt, weet je ook dat je enkel maar jezelf pijn doet wanneer je lelijk bent tegen een ander. Dat is uiteindelijk toch steeds de boodschap die doorvloeit. Die blijf ik verkondigen tot mijn dood. Deel het licht. Wees het licht dat je wilt zijn in de wereld. Dat is het verhaal van Ghandi en anderen die al eeuwen deze boodschap verkondigen. Daarin ben ik dus niet eens uniek."
Aan het einde van haar show was Caresse diep onder de indruk van de ontvangst van de boodschap, ofschoon ze aangeeft dat ze met het autobiografische verhaal net zo goed naakt op het podium had kunnen staan. Een 'coming out of the closet' met al haar weird zijn, gebreken, depressies, angsten, verdriet, hartenwensen, kunnen en overwinningen. Er waren mensen die het als zwaar ervoeren omdat bepaalde onderwerpen zogenaamd niet bespreekbaar zouden zijn. "Maar voor mij is de vrijheid van het delen en zo samen groeien, gekoppeld aan ons recht van bestaan."

'Wade in the water'

Ze begon de show in het Papiaments met: "Laten we het alsjeblieft niet over mij hebben, maar over het water wat ik mag ontvangen en doorgeven. Het vloeibare van de totaliteit die we samen zijn."
Na het zingen van 'Drenta e Awa', een vertaling van de negro spiritual 'Wade in the water' (1901), deelt ze jeugdervaringen en begint te zingen in de taal die haar streng werd opgelegd… "Toen ze een klein meisje was sloten ze haar op..."
Gestaag vloeit het verhaal over naar haar tienerjaren en hoe ze de eenzaamheid daar alsnog te boven kwam door terug te gaan in de tijd om haar jongere versie te verzekeren dat ze gelukkig heeft leren zijn met wie ze is. De jonge vrouw wordt moeder en deelt zowel haar intense vreugde als de ontsteltenis van het langdurige gevecht voor de rechten van een autistisch kind, beangstigend vertolkt met het gedicht 'Mi ta mira bestia' (ik zie beesten). "Dit sleurt je de diepte in van een jarenlange strijd waarna ik beestjes begon te zien die er beslist niet waren." Het drama eindigt geheel onverwachts toch humoristisch: "Steeds wanneer ik die kleine zwarte, bruine, grijze beestjes dacht te zien vroeg ik me af: kon ik ze dan dan met al mijn creativiteit niet wat kleurrijker hebben verzonnen?" Dan vloeit het water je mee naar Aruba, waar het schrijven en illustreren van de gehele productie plaatsvond. De intense liefde voor het geboorte-eiland van haar moeder stuwt warm bruisend door de tuin van het Curaçaosch Museum met 'Farewell Sweet Beauty', melodieus voorgedragen in Caribisch Engels op de meesterlijke klanken van de steelpan van Konkie. Met de meditatieve chant 'Anhelo', haar favoriet, sluit ze af. "Een hartenwens is een zaadje overvloed dat God in je hart heeft geplant. Besprenkel het met liefdevolle aandacht en zie hoe het ontkiemt en groeit."
Caresse gelooft dat de wereld momenteel intens aan het veranderen is. Dat het duidelijk niet meer kan zoals het gaat. "De nieuwetijds kinderen geven dat aan. Laten we naar ze luisteren, naar wat ze wel kunnen, naar de hartenwens waarmee ze vanuit het Universum de wereld in gestuurd zijn in plaats van ze verpletteren met pillen en een corrupt systeem waar we allen aan kapot gaan."

Aangifte inkomstenbelasting 2015

Het is de periode waarin de aangifte inkomstenbelasting 2015 ingediend moet worden. De uiterste datum van indiening is twee maanden na de dagtekening van het aangiftebiljet. Per 1 januari 2015 zijn enkele wijzingen ingevoerd die van belang zijn voor de aangifte.

Tekst: **Ingemara Bak** en **Harley Offerman**

Tarief van de inkomstenbelasting

Het schijventarief van de inkomstenbelasting is in 2015 en 2016 verlaagd. In 2015 is het schijventarief verlaagd van 12 procent tot 49 procent naar 10,75 procent tot 48,25 procent. In 2016 is het tarief verder verlaagd naar schijven van 9,75 procent tot 46,5 procent.

Eigen woning

Tot en met 2014 waren de uitgaven voor onderhoud van de eigen woning tot een bedrag van maximaal 3000 gulden aftrekbaar. Deze kosten kunt u vanaf uw aangifte voor het jaar 2015 niet langer in aftrek brengen. Met ingang van 2016 vervalt ook de aftrek van de premie voor de brand- en opstalverzekering. De premies voor het jaar 2015 kunt u derhalve nog wel in mindering brengen op het inkomen voor het jaar 2015. Vanaf de aangifte die u volgend jaar zult indienen voor het jaar 2016, kan dat niet meer. De aftrek van de kosten van een geldlening voor de eigen woning is niet gewijzigd.

Ziektekosten

Vanaf 2015 is de premie voor de basisverzekering ziektekosten (bvz) niet langer aftrekbaar. Deze aftrekbeperking is vooral nadelig voor personen die verzekerd zijn voor de bvz, maar niet in loondienst zijn, bijvoorbeeld zelfstandige ondernemers of personen die naast inkomsten uit loondienst ook andere inkomsten hebben, bijvoorbeeld uit de verhuur van onroerend goed. Zij zijn over hun inkomen 13,6 procent bvz-premie verschuldigd, maar missen de werkgeversbijdrage van 9,3 procent.

Studieleningen

Met ingang van 2015 kan niet alleen de rente maar ook de aflossing van studieleningen in mindering worden gebracht op het inkomen. Hiervoor is een nieuwe aparte aftrek tot een bedrag van 10.000 gulden per jaar. De aftrek geldt per persoon voor een periode van ten hoogste tien jaar.

Lokale bankrente

De rente op lokale bank- en spaarrekeningen en deposito's bij lokale banken werd tot en met 2014 belast tegen een tarief van 6,5 procent. Daarnaast moesten ook nog premies volksverzekeringen (AOV, AWW, AVBZ) worden betaald. De totale heffing (inkomstenbelasting en premies volksverzekeringen) kon daardoor oplopen tot circa 38 procent. Vanaf 2015 is het belastingtarief op deze rente weliswaar verhoogd naar 8,5 procent, maar over dit inkomen zijn geen sociale premies meer verschuldigd.

De lokale banken houden de belasting die verschuldigd is in op de rente die wordt uitbetaald aan inwoners van Curaçao. Deze bronheffing kunt u in uw aangifte in mindering brengen op de inkomstenbelasting verschuldigd over lokale bankrente. Let op: dit geldt alleen voor rente op lokale bankrekeningen en niet voor alle andere rente.

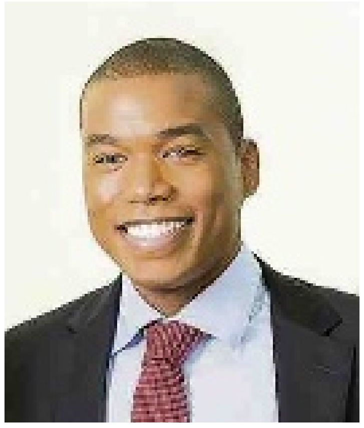
Overige vermogensinkomsten

Voor overige vermogensinkomsten geldt met ingang van 2015 een bijzonder tarief van 19,5 procent. Onder vermogensinkomsten wordt onder meer verstaan rente op buitenlandse bankrekeningen, rente op leningen aan derden, rente op lokale en internationale obligaties, dividend, uitkeringen uit een kapitaalverzekering. Uitkeringen uit een Stichting Particulier Fonds of een trust zijn geen vermogensinkomsten, maar worden wel belast tegen het tarief van 19,5 procent. Anderzijds geldt dit bijzonder tarief niet voor inkomsten uit de verhuur van onroerend goed. Over vermogensinkomsten zijn naast de inkomstenbelasting ook premies volksverzekeringen en, indien van toepassing, premies bvz verschuldigd.

Uitkeringen uit levensverzekering

De rente begrepen in kapitaalsuitkeringen uit levensverzekering is vanaf 2015 belast voor de inkomstenbelasting tegen het tarief van 19,5 procent. Hierop gelden twee uitzonderingen waarbij de rente onbelast kan worden genoten door de begunstigde.

Ten eerste geldt dat als de kapitaalsuitkering plaatsvindt als gevolg van overlijden vóór de leeftijd van 70 jaar. Ten tweede kan de rente zonder heffing van inkomstenbelasting worden genoten indien de uitkering, samen met andere soortgelijke uitkeringen, niet hoger is dan 15.000 gulden en deze tot uitkering komt na de leeftijd van 70 jaar.



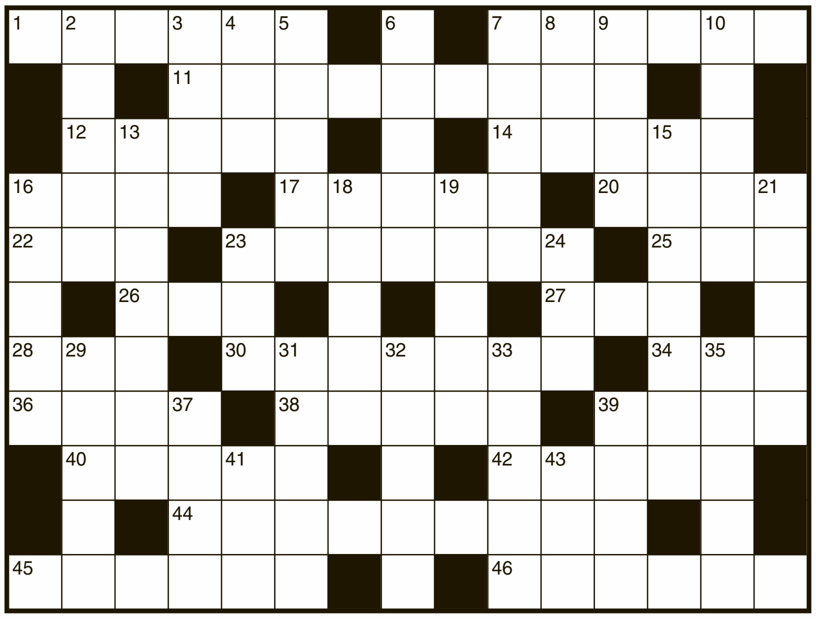
Mr. Ingemara Bak en mr. Harley Offerman zijn werkzaam bij PricewaterhouseCoopers Curaçao als belastingadviseurs. In deze rubriek wordt over diverse fiscale onderwerpen geschreven.

Puzzels.

PRIJSPUZZEL

HORIZONTAAL
1 stad in Turkije, **7** schilder, **11** aanvangsstadium, **12** alcoholische drank, **14** Egyptische koning, **16** eb of vloed, **17** koosnaam voor moeder, **20** breuk, **22** Bijbelse figuur, **23** mechanische piano, **25** onheilsgodin, **26** withandgibbon, **27** fout in een computerprogramma, **28** Turkse eretitel, **30** zeer duidelijk, **34** soort hert, **36** schattig, **38** rivier in Frankrijk, **39** sportief, **40** kweker, **42** katholiek, **44** overstroming, **45** patat, **46** reeks.

VERTICAAL
2 pijnlijk gevolg, **3** klooster, **4** elasticiteit, **5** trompetvogel, **6** beuren, **7** loshangende draad, **8** de Verenigde Staten, **9** loofboom, **10** in geen geval, **13** oorpijn, **15** letterkeer, **16** aardbol, **18** steekschuim, **19** afnemer, **21** insect, **23** voor, **24** kloosteroverste, **29** eenjarig dier, **31** ziekteverwekker, **32** rangtelwoord, **33** bontsoort, **35** rechtspartij, **37** loodoxide, **39** uitroep van afkeuring, **41** een zekere, **43** olie (Eng.).



Uit de inzendingen van de Amigoe-puzzel van vorige week is als winnaar van de weekprijs van 25 gulden getrokken:

J.A. Kort-Köhlei
Schreuderstraat 4
Aruba

J.A. Mambre-Peternella
Thaliaweg 3
Curaçao

De winnaar kan zijn/haar prijs na identificatie ophalen op het kantoor van de Amigoe. Curacao: Kaya Fraterna di Skèrpènè z/n tot drie uur n.m. Aruba: Bilderdijkstraat 16-2 tijdens kantooruren. Bonaire: Shon Ma Carolina, Kaya Nikiboko Noord 18.

Oplossingen moeten zowel op Curaçao als Aruba zijn ingediend op woensdag voor 12:00 uur. Gelieve duidelijk op de enveloppe te vermelden: Amigoe-puzzel.
Vanuit Bonaire kan de oplossing gefaxt worden naar Curaçao: (00599-9) 767-4744.

SUDOKU

Schrijf alle cijfers 1 t/m 9 in alle verticale kolommen, alle horizontale rijen én in alle vierkantjes van 3 x 3 vakjes.

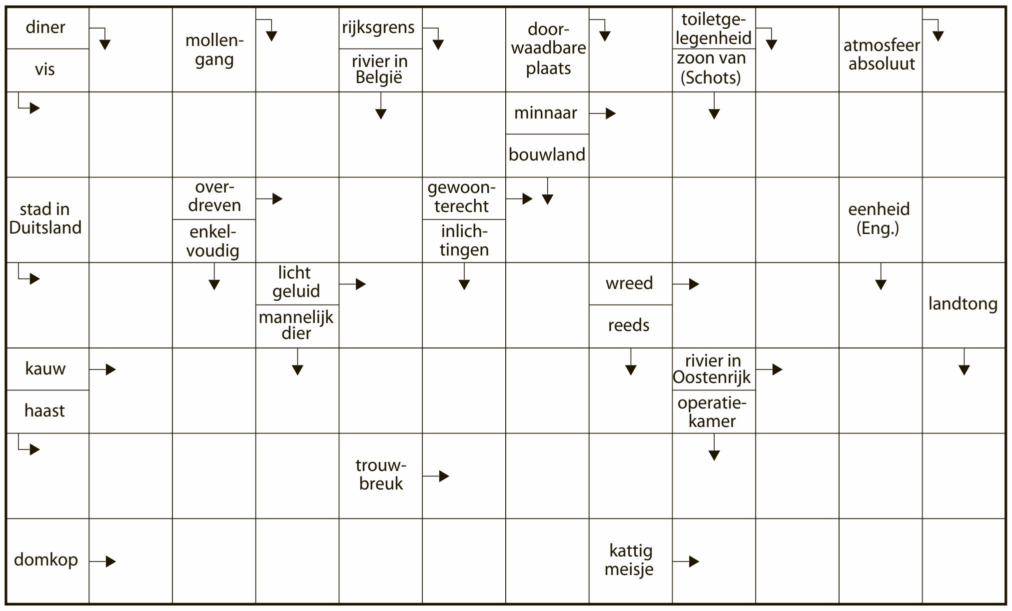
LIGHT

	9		1		2	6		
1	2		7					
7		4		6		1	3	
		7				3		6
					8		5	
	6		3		5		2	7
						9	4	3
2	4				1			
3		9		5				8

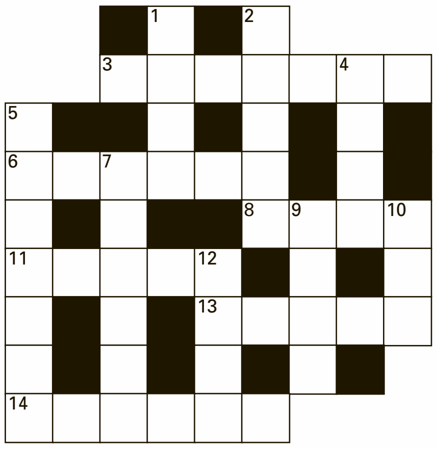
HEAVY

4								6
	1			3				4
		7	8					
		9	2	4				3
	5							
		8	3	6		1		
			7		8			5
2		3	1					

ZWEEDSE PUZZEL



CRYPTOGRAM



HORIZONTAAL:
3. Vereniging voor de beste golfer (7); **6.** Het patroon van een klein boek (6); **8.** Aziaat die over de vloer komt (4); **11.** Deze vorm van geweld stelt weinig voor (5); **13.** Juist, op deze manier is het keurig! (5); **14.** Planten die een meisje van pas komen (6).

VERTICAAL:
1. In de auto gebruikt om het vuur op te rakelen (4); **2.** Creatie zonder geld (5); **4.** Die klier spreekt een Europeaan aan (4); **5.** Beledigen met vruchten (7); **7.** Door een adres van streek (6); **9.** Het is nog een heel stuk tot het slot (4); **10.** Hier wordt gefilmd op de tennisbaan (3); **12.** Beest om de kunst te steunen (4).

WOORDZOEKER

N	S	T	R	A	F	S	C	H	O	P	S	A
E	C	T	K	C	A	A	I	M	O	D	I	T
R	H	K	S	R	R	P	I	R	A	N	H	A
E	E	C	N	E	S	S	E	IJ	O	C	E	D
M	L	L	G	D	S	C	S	M	U	C	V	R
A	D	R	I	I	A	H	M	R	U	R	C	O
L	E	P	N	T	O	A	V	E	I	L	K	O
B	A	A	R	C	E	A	D	E	I	Y	O	K
E	I	L	K	A	A	K	S	L	A	G	P	V
P	V	E	I	R	A	C	O	U	E	S	E	E
K	Y	E	E	D	E	L	G	R	D	W	R	R
N	E	D	N	L	E	U	H	R	P	R	G	B
B	E	V	A	A	R	B	A	A	R	S	R	O
C	O	N	S	U	L	A	A	T	N	O	O	D
E	C	N	A	S	U	S	P	E	N	S	E	E
N	A	C	H	T	V	O	R	S	T	N	N	M

In deze mengelmoes van letters zijn al de onderstaande woorden verstopt. Streep alle woorden door. De resterende letters vormen dan regel voor regel van links naar rechts gelezen de oplossing van deze puzzel.

AARDS
AMMONIA
BEDILAL
BERGERAC
BEVAARBAAR
BLAMEREN
BODEM
BRONS
CEDER
CONSULAAT
CREDITCARD
ELITEKORPS
ESSENCE
EVENALS
HONER
IJSHOCKEY
KAAKSLAG
KOORD
KOPERGROEN
MEKKA
NACHTVORST
PIANISSIMO
PIRANHA
PRAALHANS
REGIEM
ROOKVERBOD
SCHAAKCLUB
SCHELDE
SIROCCO
STRAFSCHOP
SUSPENSE
TANEN
URUGUAY
USANCE
VOLUME
VRIESCEL
VRUCHT
WELDAAD

© Sanders Puzzelboeken/160423

OPLOSSINGEN VORIGE KEER

Light

6	7	2	4	3	8	1	5	9
3	8	1	5	9	2	6	4	7
5	4	9	1	7	6	3	2	8
2	5	3	6	8	7	9	1	4
4	9	7	3	1	5	2	8	6
8	1	6	2	4	9	5	7	3
9	6	4	8	5	1	7	3	2
7	3	5	9	2	4	8	6	1
1	2	8	7	6	3	4	9	5

Heavy

6	8	9	3	1	7	2	4	5
4	1	2	6	9	5	8	3	7
5	7	3	2	4	8	1	9	6
9	3	4	5	8	2	6	7	1
1	2	5	7	6	4	3	8	9
8	6	7	9	3	1	4	5	2
2	5	1	4	7	3	9	6	8
3	9	8	1	5	6	7	2	4
7	4	6	8	2	9	5	1	3

Cryptogram:
Horizontaal: 3. Schaduw; 6. pastor; 8. dans; 11. tocht; 13. alias; 14. morgen.
Verticaal: 1. Acht; 2. paard; 4. uren; 5. spotrijm; 7. secuur; 9. apin; 10. sas; 12. tape.
Woordzoeker:
STRAATHOND

Zweedse puzzel

■	C	■	V	■	R	■	E	■	V	■	H
G	E	T	Ÿ	D	E	■	G	E	E	S	T
■	L	■	F	R	■	S	O	E	S	■	L
L	E	A	■	U	R	I	■	A	T	E	■
■	S	M	O	K	I	N	G	■	Z	Z	O
E	T	O	N	■	T	A	R	T	A	A	R
■	A	K	O	L	E	I	■	S	K	U	A

Prijspuzzel

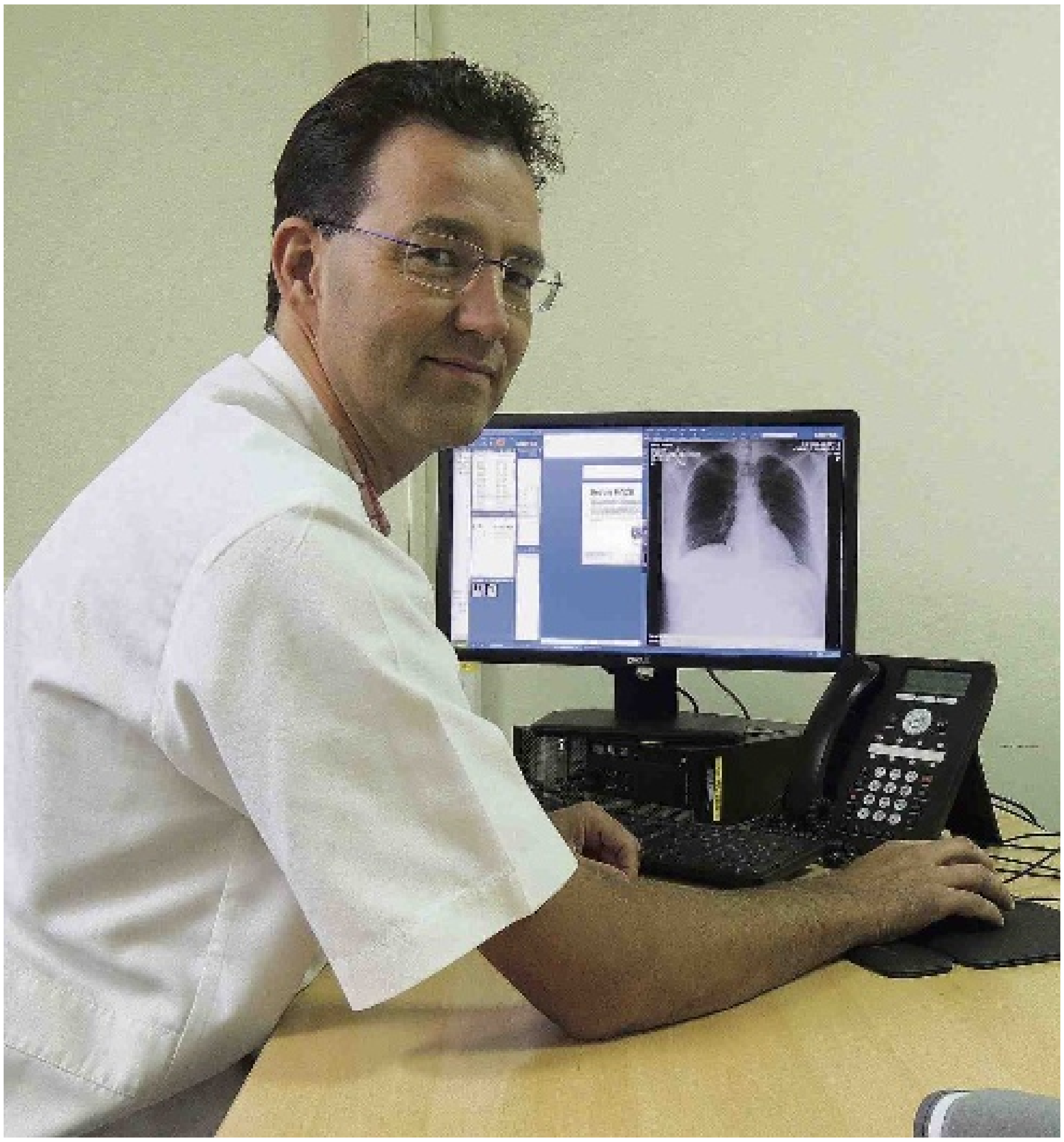
S	L	A	A	G	■	F	■	K	■	W	IJ	K	E	N
A	■	■	D	I	E	R	E	N	R	IJ	K	■	■	O
M	■	B	E	F	■	E	■	A	■	D	E	L	■	P
O	M	A	N	■	K	L	U	U	T	■	N	A	G	A
S	U	L	■	O	L	E	■	W	E	B	■	T	E	L
■	Z	A	I	R	E	■	■	■	M	O	O	R	D	■
P	A	T	■	K	U	B	■	I	E	T	■	I	O	N
S	K	U	A	■	R	I	T	M	E	■	K	N	E	U
A	■	M	M	V	■	G	■	K	■	S	A	E	■	R
L	■	■	B	E	K	O	G	E	L	E	N	■	■	S
M	I	R	T	E	■	T	■	R	■	T	O	M	B	E

Beroep onder de loep.

'De long is het meest interessante orgaan'

Mensen met een bepaalde passie hebben vaak een einddoel voor ogen en willen koste wat kost dat doel behalen. Die zelfs twaalf jaar studeren voor die eindstreep. Zo'n persoon is Folkert Brijker, sinds augustus 2015 longarts bij het St. Elisabeth Hospitaal. Opgegroeid in Friesland, gestudeerd in Groningen. Vanuit Groningen vertrok hij voor anderhalf jaar naar Curaçao om als arts co-schappen te lopen. Zo maakte hij voor het eerst kennis met het eiland en leerde hij tevens zijn echtgenote kennen. Na terugkomst in Nederland specialiseerde hij zich als longarts in de regio Nijmegen. Na negen jaar als longarts in het Diakonessenhuis in Utrecht gewerkt te hebben, begon het te kriebelen en besloot hij te solliciteren bij het Sehos.

Tekst en foto: **Marja Berk**



Wat houdt je werk in?

"Ik ben longarts en dat betekent dat mensen bij mij komen die een ziekte aan de longen hebben. Maar het is een breed begrip. Dat kan variëren van hoesten tot aan een ernstige ziekte zoals longkanker. Ik onderzoek, diagnosticeer en stel een behandeling samen. Die kan heel uiteenlopend zijn. Ik heb dus een heel gevarieerd beroep. Ik zie jonge en oude mensen, mensen met een lichte aandoening of zwaarder. Soms komt iemand op de Intensive Care terecht. Dat is best zwaar, maar ik ben daar goed in getraind."

Hoe lang doe je dit werk al?

"Sinds 2006 ben ik gespecialiseerd als longarts en ben toen begonnen in Utrecht. In 2014 was ik met mijn vrouw en kinderen hier op vakantie en het beviel weer zo goed dat we besloten de stap te wagen. De hernieuwde kennismaking met het Sehos verliep erg prettig en ik was welkom. Er werd een plan opgesteld en ik vroeg een paar maanden bedenktijd. Uiteindelijk besloot ik ervoor te gaan en zijn we in 2015 verkast."

Wat vind je het leukste aan je werk?

"Het leukste is de variatie. Het klinkt misschien raar, maar als ik iemand in het eindstadium van zijn leven goed kan begeleiden, geeft dat ook enorme voldoening. Ik kan aan de uitkomst niets veranderen, maar kan wel de ultieme begeleiding geven. Bovendien vind ik de long het meest interessante orgaan in het lichaam. Ik wilde begrijpen hoe de longen werken. Waarom specifiek de long? Al vanaf de middelbare school vond ik natuurkunde het leukste vak en de long is een natuurkundig orgaan."

Wat vind je het minst leuke?

"Ik vind het heel erg als we ondanks een intensieve behandeling een patiënt niet kunnen redden. Dat raakt me nog steeds. Maar het is helaas wel onderdeel van het vak. En er gaat steeds meer tijd verloren aan administratie. Dat zal in het nieuwe ziekenhuis niet anders zijn maar we gaan over op een elektronisch patiëntendossier waarbij je met één druk op de knop alles over een patiënt naar boven haalt. Dat heeft absoluut veel voordelen, maar je moet de info nog altijd inkloppen."

Wat was je geweest als je dit werk niet had gedaan?

"Vroeger wilde ik bouwkundig ingenieur worden. Dat heeft ook te maken met de belangstelling voor natuurkunde. Maar tot op de dag van vandaag ga ik met het grootste plezier naar mijn werk."